Nous vous félicitons d'avoir choisi notre gouttière anti-ronflement « SoluNox® ».

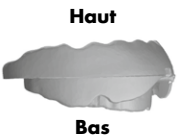
Les deux gouttières du « Twin pack » vous garantissent un sommeil sain et reposant. Un exemplaire à la maison, l'autre en déplacement, dans votre résidence secondaire ou votre camping-car. SoluNox est conçue pour le traitement des ronflements habituels et de l'apnée obstructive du sommeil, faible à modérée chez l'adulte.

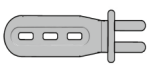
SOLUNox® Twin Set

En voyage, les personnes atteintes d'apnée du sommeil utilisant habituellement un appareil de type CPAP dans le cadre de leur traitement peuvent, après consultation médicale, le remplacer de manière temporaire par SoluNox.

SoluNox® est une gouttière monobloc pour avancement de la mâchoire inférieure, destinée à un usage immédiat. L'ajustement de la gouttière à la bouche du patient est normalement effectué par un médecin (ex. O.R.L., médecin d'un laboratoire du sommeil, dentiste). Le patient peut parfois s'en charger lui-même en respectant les instructions suivantes. Bien ajustée, la gouttière offre un grand confort, empêchant le ronflement et très souvent les interruptions de respiration pendant la nuit (apnées du sommeil). Lisez à ce sujet les remarques sous « Consignes importantes » à la fin du mode d'emploi.

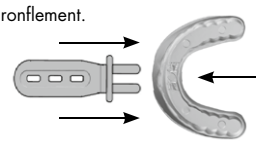
Contenu de l'emballage :
2 gouttières monobloc, étui de conservation, élément de préhension, mode d'emploi, comprimés de nettoyage «PowerClean».
Tous les matériaux utilisés sont atoxiques, anallergiques et agréés pour une utilisation en cavité buccale.
SoluNox® est protégée par des brevets et marquée du symbole CE comme produit médical de classe I.





Mode de fonctionnement :
Comme toutes les gouttières à protrusion de la mâchoire inférieure, le fonctionnement de SoluNox repose sur le principe d'avancement du maxillaire inférieur et de la racine de la langue.
Les voies respiratoires restent ouvertes pendant le sommeil, facilitant ainsi la respiration et réduisant le ronflement.
Mode d'emploi (lire avec prudence avant utilisation !)

Préparation de l'ajustement :



1) Insérer l'élément de préhension dans les ouvertures prévues à cet effet à l'avant de SoluNox® jusqu'à la butée. L'élément de préhension permet de tenir la gouttière au cours de l'ajustement et de maintenir les ouvertures libres pour faciliter la respiration.
2) Si, à l'encontre de notre recommandation ci-dessus, vous décidez de procéder vous-même à l'ajustement, entraînez-vous au préalable avec de l'eau froide. Aidez-vous pour ce faire d'un miroir et d'une horloge/montre facile à lire, avec aiguille des secondes, afin de respecter les consignes temporelles.
3) Placez SoluNox avec l'ouverture sous l'élément de préhension dans la partie avant de la bouche sur la rangée dentaire de la mâchoire inférieure. « Poussez » à présent la mâchoire inférieure vers l'avant, jusqu'à ce que la rangée dentaire supérieure entre parfaitement dans le canal supérieur. Fermez la bouche, sans mordre trop fort et exercez-vous encore. Point crucial pour un ajustement parfait : avec la langue, appuyez aussi fort que possible sur le bord inférieur de la gouttière et aspirez la salive et l'air hors de la cavité buccale en serrant bien les lèvres et en bloquant la respiration. Plus tard, cette opération vous permettra d'ajuster parfaitement SoluNox à votre dentition lors de l'ajustement avec le matériau souple et chaud. Cette technique n'est pas particulièrement agréable lorsque la gouttière est froide, mais il est important de vous y préparer afin que l'ajustement définitif réussisse.
4) Préparez de quoi faire boullir de l'eau. La quantité d'eau doit suffire pour pouvoir plonger intégralement SoluNox sans toucher le fond du récipient. Prévoyez éventuellement un gant de protection afin que les vapeurs chaudes lors de l'immersion de SoluNox ne vous contraignent pas à interrompre prématurément le réchauffement.
5) Préparez un récipient avec suffisamment d'eau froide ou effectuez l'ajustement devant un miroir à proximité d'un robinet d'eau froide afin de pouvoir refroidir SoluNox dès la fin de l'ajustement.

Ajustement :

- Chauffez à présent l'eau. Dès qu'elle bout, retirez le récipient du feu ou éteignez-le.
- En tenant l'élément de préhension, plongez entièrement SoluNox dans l'eau bouillante par de légers mouvements oscillatoires en faisant attention au temps. Le réchauffement de SoluNox ne doit pas durer plus de 15 à 20 secondes.
- Retirez à présent la gouttière de l'eau chaude et agitez-la avec précaution pour en évacuer l'eau résiduelle.
- Comme décrit au point 3), insérez SoluNox dans la bouche devant le miroir en tenant la tête droite. Evitez de mordre les rebords de la gouttière, sous peine de les endommager voire de les détruire. Dès l'alignement des incisives supérieures avec les inférieures, refermez la bouche en mordant relativement fort. Tenez l'élément de préhension pendant toute la durée de l'ajustement, en le maintenant perpendiculairement à l'axe central de la tête droite. Maintenir le « vide » et la pression de la langue comme décrit, aussi longtemps que possible. Il est recommandé d'optimiser encore la précision d'ajustement en tapotant de l'extérieur avec l'autre main.
- Au bout de 30 secondes, vous pouvez retirer SoluNox de la bouche et la laisser refroidir pendant plusieurs minutes dans l'eau froide afin de fixer la forme.

Retirez à présent l'élément de préhension et conservez-le précieusement en vue d'éventuels réajustements ultérieurs, car le SoluNox® peut être à nouveau ajusté en cas de besoin.
Votre gouttière anti-ronflement SoluNox est maintenant prête à être utilisée.
Gardez cependant à l'esprit les points suivants, lorsque vous utilisez une gouttière de protrusion pour la première fois.
S'habituer à ce « corps étranger » ainsi qu'à une position inhabituelle de la mâchoire est un processus relativement long (2 à 4 semaines), mais le jeu en vaut la chandelle. Vous (et vos proches) retrouverez un sommeil reposant, serez plus performants, éviterez de graves risques pour votre santé et serez généralement plus heureux.

Les désagréments suivants sont possibles.

- Bouche sèche et début de salivation accrue, s'estompant une fois que vous êtes habitué à la gouttière.
- Possibilité de contractures douloureuses dans la zone des muscles maxillaires, qui s'atténuent avec l'habitude.
- La gouttière peut ne pas rester dans la bouche toute la nuit lors la phase d'accoutumance. Cela est normal.

Gardez également à l'esprit que SoluNox est une gouttière « prête à l'emploi », nécessitant éventuellement de petites modifications afin d'être parfaitement ajustée à votre bouche. Vous pouvez en principe les effectuer vous-mêmes, car vous seul savez ce qui vous dérange. Si vous voulez corriger quelque chose (par ex. avec un ciseau à ongles), parce que vous êtes pris de réflexes nauséeux, procédez uniquement par petites étapes. Le plus souvent, couper quelques millimètres suffit pour remédier au problème. Pour arrondir les éventuels bords aigus, répétez l'opération d'ajustement. Ceci est possible plusieurs fois sans problème en respectant les mesures de précaution ci-dessus.

Nous nous tenons à votre entière disposition pour toutes questions. Ecrivez-nous ou appelez-nous.

Consignes de sécurité :

- Ronfler peut être un symptôme d'apnées nocturnes, pouvant être à l'origine de graves problèmes de santé, tels que maladies cardio-vasculaires. Si vous savez ou soupçonnez que vous souffrez d'apnée obstructive du sommeil, faites contrôler dès que possible l'effet de la thérapie par gouttière après le début du traitement par des mesures diagnostiques adaptées. Consultez à cet égard votre médecin traitant ou médecin du sommeil.

SoluNox ne doit pas être utilisé en cas :

- d'apnée du sommeil central ;
- de dérangement du fonctionnement de l'appareil dentaire ou de soutien des dents, mauvaises positions extrêmes des dents, de port de prothèses ou appareils dentaires amovibles ;
- de parodontose, réflexe nauséeux, dents branlantes et couronnes dentaires mal fixées ou prothèses lâches ;
- de capacité de protrusion restreinte de la mâchoire inférieure (il doit être possible d'avancer la mâchoire inférieure d'au moins 7 mm) ;
- de respiration par le nez entravée.
- Si, lors de l'utilisation de la gouttière et malgré la phase d'accoutumance, de fortes douleurs ou autres gênes constantes apparaissent dans la zone maxillaire, cessez d'utiliser SoluNox et consultez votre médecin traitant. Celui-ci déterminera l'origine du problème.
- En cas de port permanent d'une gouttière de protrusion, vous devriez en informer votre dentiste ou hygiéniste dentaire lors de contrôles périodiques habituels.

Consignes importantes :

- Brossez uniquement à l'eau froide, dentifrice ou savon. Pour le nettoyage hebdomadaire ou minutieux en cas de besoin, vous devriez utiliser les comprimés de nettoyage à action rapide « Power Clean » dans un bain d'eau ou à ultrasons.
- Ne nettoyez jamais SoluNox® à l'eau brûlante !
- Ne conservez jamais SoluNox® à proximité de sources de chaleur.

SoluNox® est un nom de marqué déposé et protégé par brevets – Pour plus d'informations : www.solunox.fr

W SOLUTIONS 4, ch. de la Bobinette CH-1263 Crassier - info-line: CH-0445869616 ou 0225483848 - D-06128210382 - F-0977196196 - info@w3solution.ch